

تعویض مفصل زانو (مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری " برگردانید)

❖ شرح روش

✓ اگر زانوی فردی بدنبال ابتلا به آرتروز ، ورم مفاصل یا هر نوع آسیب فیزیکی دیگر به شدت صدمه دیده باشد، فرد توانایی انجام فعالیت‌های روزمره ساده مانند راه رفتن یا بالا رفتن از پله را نخواهد داشت و این افراد حتی در وضعیت نشسته یا خوابیده نیز درد شدیدی را در ناحیه زانو احساس می‌کنند. اگر تجویز دارو، کاهش سطح فعالیت فیزیکی یا استفاده از تکیه گاه در هنگام راه رفتن نتواند در درمان موقتی بیمار موثر باشد، عمل تعویض کامل مفصل زانو آخرین راهکاری است که می‌تواند بیمار را از رنج و ناراحتی نجات دهد .

❖ دلایل انجام

- ✓ درد شدید و تورم مزمن زانو که موجب محدودیت فعالیت می‌شود .
- ✓ تغییر شکل زانو به صورت چرخش به داخل یا خارج
- ✓ سفتی زانو و ناتوانی برای خم و صاف کردن زانو

❖ عوارض احتمالی

- ✓ عفونت
- ✓ لخته‌های خون (بخصوص در عروق اندام تحتانی)
- ✓ شل شدگی پروتز داخل استخوان

❖ اقدامات قبل از جراحی

- ✓ انجام آزمایشات خون و ادرار طبق دستور پزشک
- ✓ انجام نوار قلب و بررسی وضعیت قلبی عروقی
- ✓ انجام رادیو گرافی زانو جهت تعیین وسعت آسیب و تغییر شکل زانو
- ✓ انجام (ام .آر.آی) یا اسکن استخوان طبق دستور پزشک و بررسی بافت نرم اطراف زانو بر اساس نیاز
- ✓ هر نوع عفونت، حساسیت پوستی و تورم در پا باید اطلاع داده شود .

- ✓ کلیه داروهایی را که مصرف می‌کنید به پزشک اطلاع دهید

- ✓ انجام معاینه دندانپزشکی و درمان هر گونه مشکلات دندان

- ✓ درمان هر گونه عفونت های ادراری و یا دیگر قسمتهای بدن .

❖ اقدامات پس از جراحی

- ✓ برای جلوگیری از لخته شدن خون در پاها و کاهش التهاب پا از جوراب واریس و داروهای رقیق کننده خون طبق دستور پزشک استفاده کنید.
- ✓ با مصرف صحیح آنتی بیوتیک‌ها طبق دستور پزشک و بررسی محل جراحی از نظر تورم، سفتی، ترشح و اطلاع سریع این موارد به پزشک، از عفونت بعد از عمل جلوگیری می‌شود .
- ✓ در طی ۲ سال اول بعد از جراحی قبل از هر پروسیجر جراحی یا دندانپزشکی ، آنتی بیوتیک طبق تجویز پزشک استفاده کنید.
- ✓ در زمان تعیین شده جهت ویزیت، حتما به پزشک جهت بررسی زانوی تعویض شده مراجعه کنید .

❖ فعالیت

- ✓ کلیه فعالیت‌های خود را بعد از مشورت با پزشک و طبق توصیه‌های پزشک و فیزیوتراپ انجام دهید.
- ✓ مواظب باشید زمین نخورید، هر افتادن موجب آسیب به زانوی تعویض شده می‌شود .

تعویض مفصل زانو (مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری" برگردانید)

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-41-A	
عنوان	تعویض مفصل زانو
تهیه کننده	آذر محمدی کارشناس پرستاری
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه : ۱۴۰۱	بازبینی : ۱۴۰۵
منابع:	(۱) برونر و سودارث - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۲۲
پزشک تایید کننده:	دکتر سیدعلی هاشمی
ناظر کیفی: دکتر سیدعباس رخشا	

✓ از توالت فرنگی بلند استفاده کنید که جایی برای قرار گرفتن دست ها داشته باشد که با فشار دادن دست ها بلند شوید .

✓ یک صندلی بلند در حمام قرار دهید
✓ قالیه های نرم که ممکن است سبب لیز خوردن شود را جابجا کنید .

✓ محل زندگی شما بهتر است که پله نداشته باشد.
✓ از صندلی بلند راحت یا صندلی کوتاه که روی آن محکم است و در کنار صندلی نیز محلی برای قرار گرفتن دستها وجود دارد استفاده کنید .

✓ یک میز یا چهارپایه کوچک در هنگام نشستن ، زیر پاها برای بالا نگه داشتن پاها قرار دهید.

❖ علائم هشدار

✓ افزایش درد و تورم در ساق پاها
✓ تنگی نفس و درد قفسه سینه
✓ تب و لرز
✓ قرمزی، سفتی، تورم و ترشح از محل جراحی زانو
✓ افزایش درد زانو با فعالیت و حتی در زمان استراحت

✓ باید همیشه سعی کنید تمرینات سبک بدنی را تا آخر عمر ادامه دهید تا حرکات مفصل و قدرت عضلات حفظ شود .

❖ رژیم غذایی

✓ از رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات استفاده نمایید که باعث تحریک سیستم گوارشی شده و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری کرده و به بهبود اشتها کمک می کند.

✓ از رژیم غذایی پرپروتئین، پرکالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید. مصرف سبزیجات و مرکبات و آبمیوه های تازه حاوی ویتامین (ث) C ، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.

❖ مراقبت

✓ پله های منزل حتما نرده داشته باشد .
✓ در حمام یک نرده به عنوان تکیه گاه وجود داشته باشد .